


**РКПБ им.академика В.М. Бехтерева**  
**Суицидологическая служба**  
**«Сердэш-129»**  
**г. Казань**



**Гармонизация детско-родительских отношений с целью  
снижения семейного фактора суицидального поведения  
детей и подростков**

**Докладчик:**  
**Невоструева Людмила Михайловна**  
**медицинский -психолог**

# Результаты анкетирования

<i>Вопрос</i>	<i>Положительный ответ</i>	<i>Отрицательный ответ</i>
Как вы считаете, понимают ли вас родители?	56%	44%
Понимают ли вас сверстники?	43%	57%
Есть ли в вашей жизни непреодолимые трудности?	39%	61%
Испытываете ли Вы чувства отчаяния, безнадежности, обреченности, душевных страданий?	34%	66%
Подвергали ли Вы себя смертельной опасности?	34%	66%
Люди имеют право убить себя?	35%	65%
Посещала ли Вас мысль о суициде, самоубийстве?	30%	70%

# Информация к размышлению

- Наиболее частой причиной попытки самоубийств среди подростков - семейные конфликты с родителями.
- На втором месте – угроза потери близкого человека (неразделимая любовь)
- На третьем месте – несправедливое отношение, обвинение
- 15% суицидов предпринимали повторные попытки самоубийств.

# Все мы родом из детства...

- Самое важное, самое главное закладывается в ребенка в детстве, и от этого во многом зависит дальнейшая жизнь и судьба человека. Именно здесь самая первичная профилактика суицидальной настроенности и поведения ребенка, подростка, взрослого в дальнейшем. То, что происходит дальше, уже в школе, весьма условно можно назвать профилактикой, скорее, это уже все-таки коррекция, так как мы имеем дело с программами на уровне не только сознания детей, но, что еще важней – подсознания.

# Родители – самые важные, значимые и любимые для ребенка люди

- Авторитет их, особенно на ранних этапах психоэмоционального развития, непрекращаем и абсолютен.
- Родителям особенно стоит осторожно и внимательно относиться к своим словесным обращениям к ребенку, оценкам их поступков и избегать установок, которые впоследствии могут отрицательно проявиться в поведении ребенка.

**Именно случайно оброненные и неслучайные фразы из далекого детства ребенка начинают запуск программы самоуничтожения, именуемой впоследствии суицид.**

- - Я сейчас занят (а), отстань от меня...
- - Посмотри, что ты натворил, ты - придурок?!..
- - Неправильно! Ну когда же ты научишься?!..
- - Сколько раз тебе говорить, совсем идиот?!
- - Ты сведешь меня с ума!
- - Вечно ты во все лезешь!
- - Уйди от меня! Встань в угол!
- - Прибью тебя! (на языке и в понятии ребенка это звучит как «Убью» и никак иначе!)

Все эти «словечки» крепко зацепляются в подсознании ребенка, и сначала ребенок отдаляется, становится скрытен, ленив, недоверчив, неуверен в себе, и в самом худшем варианте подсознание ребенка выводит простую формулу:

**Не живи! (я не нужен миру, я мешаю, я недостойн существовать).**

**К 7 годам основные аспекты личности ребенка сформированы, и жизненный сценарий ребенком написан!**

**В 16-18 лет жизненный сценарий перепроверяется и утверждается окончательно!**

Будет ли в ребенке программа самоуничтожения, заложено еще во внутриутробный период и до возраста 7 лет родителями, дальше до 18 лет подкреплено окружением ребенка еще раз: родителями, школой, общением со сверстниками.



С багажом базисных приобретений от родителей, причина «виновата школа» весьма условна, это лишь верхушка айсберга, основная причина, то есть первопричина – гораздо глубже.

Но ее так неприятно и больно сознавать самому близкому окружению ребенка, что, чтобы обезопасить себя от боли, чувства вины, стыда и бессилия, в целях самосохранения психики, первопричина просто вытесняется из сознания. События в школе или любые другие причины могут стать пусковым механизмом, но не основной причиной.

**Когда ребёнок заявляет: «Меня никто не любит!», в первую очередь он нуждается в родительской любви.**

- Увы, родители действительно искренне не догадываются даже, что они «причиняют» детям, какие последствия могут быть и честно хотят и делают «как лучше»...

**Так что, родители также как дети  
больше всего нуждаются в поддержке.**

**РОДИТЕЛИ, ПРИНЯВ ПОМОЩЬ И  
ЗНАНИЯ, САМИ СПОСОБНЫ БУДУТ  
МЕНЯТЬ СВОЙ СТИЛЬ  
ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ.**

**Каждый человек – сам кузнец своего счастья.  
Взамен одной программы можно запустить  
другую, гораздо более позитивную.**

**Помните: Эти слова ласкают душу ребенка:**

- - Ты самый любимый!
- - Ты очень многое можешь!
- - Спасибо! Что бы мы без тебя делали?!
- - Иди ко мне! Садись рядом, мы можем поговорить...
- - Расскажи мне, что с тобой...
- - Могу я с тобой посоветоваться...
- - Я радуюсь твоим успехам! Я горжусь, какой ты талантливый!
- - Что бы ни случилось, помни: я с тобой и готов помочь!

**Душевная копилка ребенка работает день и ночь. Ценность ее зависит от того, что мы туда бросаем.**

Чувства отчуждённости, покинутости, вины и стыда ни в коей мере не помогут ребенку стать здоровым и счастливым.

Не стоит делать его жизнь унылой. Иногда ребенку вовсе не нужна оценка его поведения и поступков, его просто надо успокоить и поддержать.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРИЧИНА  
подросткового суицида:**

**КРИК О ПОМОЩИ!!!**



# Признаки намерения

```
graph TD; A[Признаки намерения] --> B[Словесные признаки]; A --> C[Поведенческие признаки]; A --> D[Ситуационные признаки];
```

Словесные  
признаки

Поведенческие  
признаки

Ситуационные  
признаки

# Словесные признаки:

1. Разговоры о смерти: “Я собираюсь покончить с собой”; “Я не могу так дальше жить”.
2. Намёки о своем намерении: “Я больше не буду ни для кого проблемой”; “Тебе больше не придется обо мне волноваться”.
3. Много шутят на тему самоубийства.
4. Заинтересованность вопросами смерти





# Поведенческие признаки:

1. Раздают другим вещи, имеющие большую личную значимость, приводят в порядок дела, мирятся с давними врагами.
2. Демонстрируют радикальные перемены в поведении.
3. Проявляют признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния.



# Ситуационные признаки

1. Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.
2. Живет в нестабильном окружении
3. Ощущает себя жертвой насилия
4. Предпринимал раньше попытки суицида.
5. Имеет склонность к самоубийству
6. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).
7. Слишком критически настроен по отношению к себе.



ПОДРОСТКОВЫЙ  
СУИЦИД ДЕЛИТСЯ  
НА ТРИ ГРУППЫ:

# ИСТИННЫЙ ПОДРОСТКОВЫЙ СУИЦИД

Подросток действительно имеет твердое намерение покончить с жизнью и обычно тщательно все планирует. Если попытка оказывается неудачной, он со временем повторяет ее.



# **АФФЕКТИВНЫ (ЧУВСТВИТЕЛЬНЫЙ) подростковый суицид**

**Совершается в состоянии аффекта, под влиянием сильных, но сиюминутных чувств. Если попытка самоубийства неудачна, подросток, скорее всего, не будет ее повторять.**



# ДЕМОНСТРАТИВНЫЙ СУИЦИД

В этом случае подросток не собирается на самом деле убивать себя, его цель — стать замеченным. Попытки самоубийства обычно многократные, но истинным самоубийством они заканчиваются случайно.



# Суицид можно предотвратить

В действительности молодые люди пытаются, покончить с собой всего один раз.

Вторичная  
суицидальная  
попытка может быть  
в первые часы от 24  
до 72 или в течении  
— 80—100 дней после  
первой попытки.



# Суицид не передается по наследству.



Вместе с тем, если кто-то из членов семьи уже совершил суицид, то ребёнок оказывается в зоне повышенного суицидального риска.

На этих детей действует так называемый фактор внушения: родители, плохому не научат.





# Суицид — следствие не одной неприятности, а многих.

В какой-то момент чаша терпения переполняется. Большею частью пытаются уйти из жизни не из-за одной неудачи, а из-за серии неудач.



# Самоубийство может совершить каждый.

Подростки из богатых семей подвержены суицидальным настроениям ничуть не меньше, чем подростки из семей нуждающихся. Суицид совершают не только те подростки, которые плохо учатся и ни с кем не ладят, но и молодые люди, у которых нет проблем ни в школе, ни дома.

Благополучие — вовсе не гарантия от суицида.



**К любым угрозам самоубийства необходимо относиться серьезно.**

Что бы не говорил ребёнок о желании умереть, на самом деле смерти он не хочет. Он хочет помощи. Какие бы продуманные суицидальные планы он не вынашивал на самом деле умирать он не хочет. **Он хочет, чтобы кто-то сказал ему, что жить не так уж и плохо.** И этим «кто-то» в первую очередь должны быть родители!

# Скорая помощь ребенку

<i>Если Вы слышите</i>	<i>Обязательно скажите</i>	<i>Запрещено говорить</i>
«Ненавижу всех...»	<b>«Я чувствую, что с тобой что-то происходит. Давай поговорим об этом»</b>	«Когда я был в твоём возрасте... да ты просто несешь чушь!»
«Все безнадежно и бессмысленно»	<b>«Я чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно решить»</b>	«Подумай о тех, кому хуже, чем тебе»
«Всем было бы лучше без меня!»	<b>«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твое настроение. Поговорим об этом»</b>	«Не говори глупостей. Поговорим о другом»
«Вы не понимаете меня!»	<b>«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять»</b>	«Где уж мне тебя понять!»
«Я совершил ужасный поступок»	<b>«Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом»</b>	«И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!»
«У меня никогда ничего не получается»	<b>«Я чувствую, что ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить»</b>	«Не получается – значит, не старался или плохо старался!»

**Многое, из того, что нам  
взрослым, кажется  
пустяком, для ребенка  
- глобальная  
проблема.**

**Нельзя допустить у  
ребенка мысли о том,  
что выхода из сложной  
ситуации нет.**



# ПОМНИТЕ!!!

Без родительской  
поддержки  
подросток  
часто  
опускает руки.



# **ОЧЕНЬ ВАЖНО!!!**

## **чтобы ваш ребенок знал:**

- ВЫ ЛЮБИТЕ ЕГО ТАКИМ, КАКОЙ ОН ЕСТЬ;**
- ВЫ ВСЕГДА ПОМОЖИТЕ РЕШИТЬ ЛЮБУЮ ПРОБЛЕМУ.**

**Так давайте чувствовать,  
догадываться и любить! Для  
любви человек рождается, и она  
побеждает всё.**

**Любовь у человека есть всегда,  
пока он жив!**



# Советы родителям

Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей

- Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним
- Обязательно содействуйте в преодолении препятствий.
- Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом
- Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания
- Больше любите своих подрастающих детей, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними

# Гармоничные детско-родительские взаимоотношения

Наличие эмоциональной атмосферы в семье  
(преимущественно положительные эмоции);

Эмоциональное принятие ребенка (безусловная любовь к  
ребенку – «Люблю ребенка не за что-то, а потому, что он  
мой ребенок»);

Эмоциональная близость детей и родителей (оказание  
эмоциональной поддержки, через слова: «У тебя все  
получится», удовлетворение ребенка в эмоциональном  
контакте (мама обнимает, целует, гладит ребенка).

Для того чтобы осуществить процесс гармонизации детско-родительских отношений, формы работы с семьей:

1. Совместные занятия физическими упражнениями взрослых и детей.
2. Эффективные приемы сказкотерапии - лечение сказками (совместное с ребенком открытие тех знаний, которые живут в душе и являются в данный момент психотерапевтическими)
3. Чтение книг, просмотр фильмов.
4. Совместные походы
5. Принимать активное участие в школьных мероприятиях, очень эффективна «Неделя психологии»

- 1. Гармонизация родительско-детских отношений на основе установления тёплых эмоциональных взаимоотношений в союзе «мать – дитя», эмпатии и взаимопринятия, базисного доверия.**
- 2. Развитие системы самооценки и самосознания ребёнка.**
- 3. Повышение уверенности в себе.**
- 4. Развитие способности к умению встать на место другого, посмотреть на мир с разных сторон.**
- 5. Стимулирование у детей новых форм переживаний  
Развитие групповой сплочённости, чувства взаимопомощи и поддержки.**

# Эффективность занятий

- Повышение стрессоустойчивости (формирование механизмов психологической защиты) - у **82%** детей,
- Снижение уровня тревожности и количества страхов - у **75%** детей,
- Качественное изменение стиля взаимодействия с ребенком в сторону большего понимания, безусловного принятия, эмпатии, эмоциональной поддержки – у **89 %** родителей,
- Эмоциональное сближение родителей и детей - у всех без исключения (**100%**).

**РКП Бим В.М. Бехтерева**  
**КССП «Сердэш 129»**  
**тел: 129; 279-55-80**  
**ул. Сибирский тракт, д. 14**  
**(ост. Попова)**

A dramatic landscape with a golden field in the foreground and a dark, stormy sky above. The sky is filled with heavy, dark clouds, with a small patch of blue visible on the left side. The field is a mix of golden and brown tones, suggesting a field of grain or tall grass. The overall mood is somber and intense.

**Не зря пословица гласит,**

**Что жизнь пройти - не поле перейти...**